bkkbn



APA 4 TERLALU ITU..?

HINDARI 4 Terlalu

Terlalu Muda
Terlalu Tua
Terlalu Dekat
Terlalu Banyak

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
Direktorat Bina Kesehatan Reproduksi

SELAYANG KILAS 4 TERLALU



Pada saat ini banyak wanita yang tidak mengetahui kapan waktu yang tepat untuk memulai hamil dan tidak boleh hamil lagi. Keadaan 4 Terlalu banyak berpengaruh pada ibu sehingga dapat menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan. Untuk itu perlu masyarakat juga memahami apa itu Hindari 4 Terlalu. Kehamilan yang tidak direncanakan atau tidak ideal juga memicu tingginya Angka Kematian Ibu dan Bayi

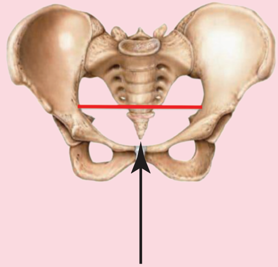
Hamil Terlalu Muda (Kurang dari 21 Tahun)







RISIKO HAMIL DIBAWAH 20 TAHUN



Kondisi Reproduksi Perempuan Dibawah 20 Tahun :

- Panggul belum berkembang optimal (di bawah 10 cm)
- Otot rahim lemah
- Rahim belum siap



RISIKO HAMIL DIBAWAH 20 TAHUN

a. Risiko Bagi Ibu :

Fisik

- Meningkatnya komplikasi kehamilan dan kelahiran
- Keguguran
- Kematian janin dalam rahim
- Tekanan darah tinggi dalam kehamilan
- Mengalami penyulit saat persalinan
- Perdarahan karena kontraksi Rahim tidak optimal
- Sulit melahirkan karena panggul sempit
- Kematian Ibu
- Anemia (kurang darah)
- Risiko tinggi Kanker Leher Rahim
- Risiko tulang keropos dini di masa depan akibat kalsium diserap oleh janin

Psikologis :

- Mental belum siap menghadapi perubahan saat kehamilan
- Dapat mengalami baby blues setelah melahirkan (tidak ingin melihat bayinya)

Sosial :

- Belum siap menghadapi masalah rumah tangga
- Hamil muda menghambat Pendidikan
- Hamil muda menghambat karir

RISIKO HAMIL DIBAWAH 20 TAHUN

b. Risiko Bagi Bayi:

Fisik

- Risiko bayi cacat lebih tinggi akibat kurangnya asupan gizi
- Bayi lahir prematur
- Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR)
- Kematian bayi saat lahir
- Kerusakan otak janin dan gangguan tumbuh kembang bayi

Sosial :

Perawatan bayi tidak optimal karena ibu belum siap untuk mempunyai bayi



"Bagi yang sudah menikah dibawah usia 20 tahun, untuk perencanaan keluarga agar berkonsultasi ke fasilitas kesehatan"



HAMIL TERLALU TUA : (Lebih dari 35 Tahun)



Kondisi Reproduksi Perempuan Jika Hamil Terlalu Tua

- Fungsi rahim menurun
- Kualitas sel telur berkurang
- Kondisi kesehatan ibu menurun

RISIKO HAMIL TERLALU TUA

a. Risiko Bagi Ibu

Fisik :

- Kelainan letak plasenta yang menutupi jalan lahir
- Kondisi janin kurang baik karena ibu yang terlalu tua tidak kuat mengejan
- Penyakit degeneratif (darah tinggi, diabetes) mulai muncul
- Kesulitan melahirkan secara normal
- Risiko persalinan lama
- Risiko robekan rahim
- Resiko keguguran meningkat

Psikologis:

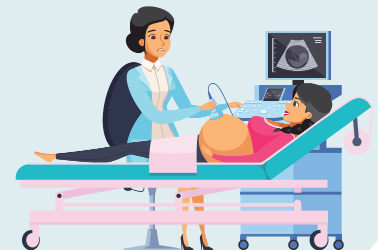
- Stres semakin meningkat karena kekhawatiran melahirkan diusia tua

Sosial:

Ibu sering kelelahan untuk merawat bayi







RISIKO HAMIL TERLALU TUA



b. Risiko bagi bayi

Fisik :
- Tumbuh kembang kurang optimal
- Kemungkinan bayi cacat bawaan
- Kemungkinan bayi risiko penyakit jantung
- Risiko Autisme
- Hiperaktif karena kurang perhatian
- Kejadian Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR)

Psikologis :
- Perkembangan psikologis tidak maksimal karena kurang perhatian orangtua

Sosial :
- Kurangnya waktu ibu untuk merawat bayi karena terbagi dengan lain



> "Hindari kehamilan Terlalu Tua dengan memakai alat kontrasepsi yang sesuai"

HAMIL TERLALU DEKAT (kurang dari 3 tahun)

Kondisi Reproduksi Perempuan jika jarak hamil Terlalu Dekat < 3 Tahun :

- Kondisi rahim ibu belum pulih
- Otot Rahim mengendor
- Kondisi fisik ibu belum pulih (setelah kehilangan darah saat persalinan sebelumnya)





a. Risiko Bagi Ibu

Fisik :

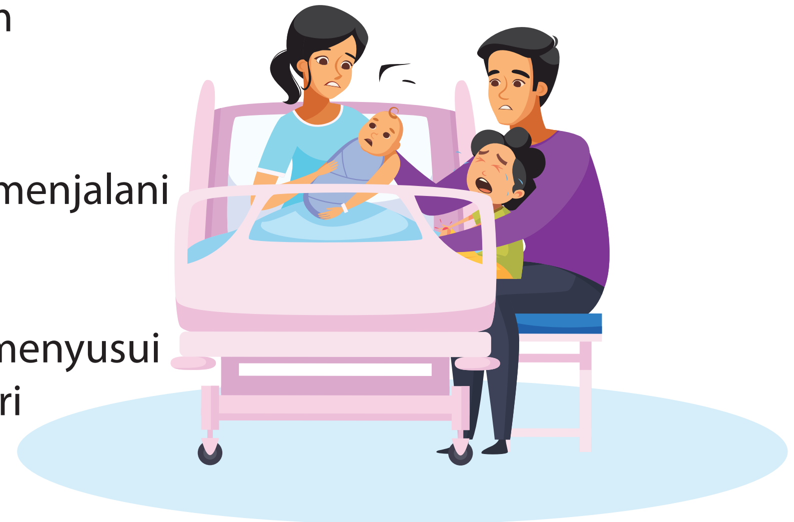
- Keguguran
- Anemia
- Perdarahan setelah persalinan
- Kematian ibu
- Kematian janin dalam Rahim

Psikologis :

- Mental belum siap untuk menjalani kehamilan kembali

Sosial:

- Kurangnya waktu ibu untuk menyusui dan melakukan perawatan diri



RISIKO HAMIL TERLALU DEKAT



b. Risiko bagi bayi:

Fisik:

- Bayi lahir belum waktunya (premature)
- Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR)
- Perkembangan bayi terhambat
- Kemungkinan cacat bawaan
- Tinggi badan, berat badan dan IQ anak sebelumnya kurang optimal

Psikologis :

- Kurang mendapatkan perhatian dari ibu karena harus berbagi dengan kakaknya

Sosial:

- Kurangnya waktu ibu untuk menyusui dan merawat bayi sehingga tumbuh kembang tidak optimal



> **Berikan waktu istirahat 3 tahun sampai kehamilan berikutnya, agar orangtua dapat memperhatikan anak secara optimal**

HAMIL TERLALU BANYAK (anak lebih dari 2)

Kondisi Reproduksi Ibu
Jika Terlalu Sering Melahirkan :

- Terjadi kekendoran pada otot dinding perut ibu

RISIKO HAMIL TERLALU BANYAK

a. Risiko Bagi Ibu



Fisik :
- Kelainan letak plasenta yang menutupi jalan lahir
- Kelainan letak janin
- Robekan rahim
- Persalinan lama
- Perdarahan setelah persalinan
- Risiko kematian meningkat

Psikologi :
- Stress makin meningkat

Sosiologi:
- Beban Ekonomi keluarga semakin bertambah



RISIKO HAMIL TERLALU BANYAK



b. Risiko bagi bayi

Fisik :

- Tumbuh kembang anak kurang optimal
- Kejadiannya Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR)
- Kemungkinan cacat bawaan

Psikologis :

- Perkembangan psikologis anak tidak maksimal karena kurang perhatian orangtua



Sosial :

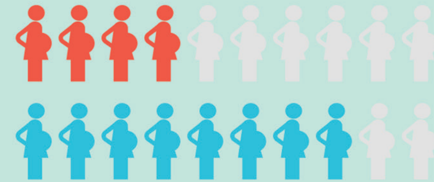
- Kurangnya waktu ibu untuk merawat bayi karena terbagi dengan anak-anak yang lain sehingga tumbuh kembang bayi tidak optimal

Ekonomi :

- Berkurangnya kesempatan anak untuk memperoleh fasilitas yang terbaik untuk hidupnya

> **Rencanakankehamilan di usia yang sehat yaitu antara 21-35 tahun**
> **Rencanakan jumlah anak ideal yakni 2 anak**
> **Rencanakan jarak kelahiran yang cukup yaitu diatas 3 tahun**
> **Berencana itu Keren**

bkkbn

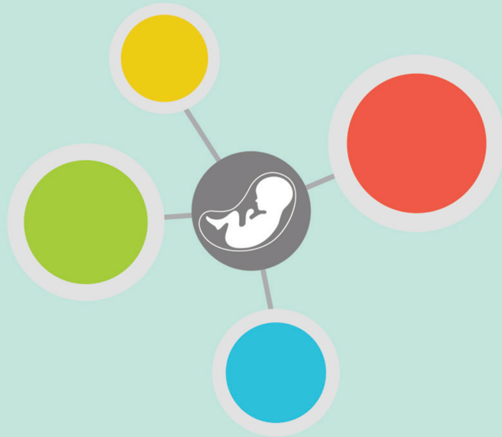


Rencanakan kehamilan di usia yang sehat yaitu antara 21-35 tahun

Rencanakan jumlah anak ideal yakni 2 anak

Rencanakan jarak kelahiran yang cukup yaitu di atas 3 tahun

Berencana itu keren







Editor
Dr. Eni Gustina, MPH
Mukhtar Bakti SH, MA

Kontributor
dr. Arietta Pusponegoro, Sp.OG(K)
dr. Riyan Hari Kurniawan, Sp.OG
dr. Cepi Teguh Pramayadi, Sp.OG, MARS
dr. Desi Lokitasari (Ditjalpem)
dr. Hendra (Ditjalswa)
dr. Raymond Nadeak (Ditjalsus)

Tim Penyusun
dr. Azora Ferolita, Akp, M. Kes
dr. Popy Irawati, MPH
dr. Noer Aziza
Edi Haryadi, SE, MM
Dewi Ariningrum Rusmiati, SE, M. Si
Lidia Sampe Bulo, SE, MM
dr. Umi Salamah
Dyah Pitaloka, S. Pd
Lilik Aryani Falupi, SS, MPH
Murni Manurung, SKM
Retno Damayanti Sriharso
dr. Fath Nasyarah Galuhningtyas
Sartana
Agustin Ayu Asmarawati, S. Psi
Hayati, A.Md
Purwanadi, SE
Reni Safitri, A. Md
Dewi Astuti, SKM
Megawati, SKM
Fitria Dewi, SKM
Sopano Yohanis Lubalu, SKM







Direktorat Bina Kesehatan Reproduksi
Jl. Permata No. 1 Halim Perdana Kusuma, Gedung Halim 2 Lt. 2
Telp. (021) 809 8018 Ext. 641. Email : ditkespro@gmail.com
Tahun 2020

